

Publicado en *Mom & me Centroamérica* | *1000 Primeros Días del Bebé* (<https://www.momandme.nestle.com>)

[Inicio](#) > ¡A comer!

Comparte esto
X



¡A comer!

Los padres están fascinados cuando su pequeño alcanza la edad de comer en la mesa con el resto de la familia. ¡Bocado a bocado descubre el mundo!

<https://www.momandme.nestle.com/comer> [1]

[2] [3] [4]



¡A comer!

Los padres están fascinados cuando su pequeño alcanza la edad de comer en la mesa con el resto de la familia. ¡Bocado a bocado descubre el mundo!

Miércoles, Diciembre 16th, 2015

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compartir](#)

El tiempo vuela y pronto se convertirá en un comensal más de la mesa, lo que no es poco. Compartir los tiempos de comida es un hecho que marcará la vida familiar, ¡con sus satisfacciones pero también con sus inconvenientes!

La edad de la primera vajilla

Antaño se regalaba como regalo de nacimiento un precioso juego de plato y cuchara pequeños hechos de plata. De esta forma se marcaba, la entrada del bebé en el espacio de la mesa y la convivencia familiar.

Hoy en día ya no es así, los primeros banquetes de nuestros bebés serán con utensilios lúdicos y adaptados a sus manitas. Aunque los sustituyamos fácilmente, con el uso se convierten en objetos claves en el "ritual" de la comida. Con frecuencia el niño no quiere comer si no es en el plato de su caricatura favorita, y cuchara especial. Cedemos de buena gana, ¡accedemos con tal de que se termine toda la comidita y que aprenda a manejar la cuchara!

Los libros de Pediatría indican que un bebé empieza a comer solo con cuchara entre los 15 y los 18 meses. En realidad, aunque tienen la capacidad motriz para hacerlo, los bebés deciden comer solitos a edades muy diferentes. Unos no quieren ni ver una cuchara hasta una edad avanzada, mientras que otros hacen un escándalo si intentamos darles la comida ¡incluso si todavía son incapaces de llevarse la cuchara a la boca sin derramar nada!

Siempre está bien que tu bebé se espabile y que tome iniciativas, hay días en que una no tiene ni el tiempo ni las ganas de limpiar los fideos incrustados en la silla del bebé o el puré que hay por las paredes. Sin embargo, recuerda afrontar serenamente los intentos de autonomía de tu hijo.

Las aventuras en la mesa familiar

Las primeras comidas de los bebés exigen paciencia, bastante paciencia. Hay tanto pequeños glotones que se acaban el plato rapidísimo, como pequeños distraídos que se niegan a comer, los que parlotean un cuarto de hora entre cada cucharada, aquellos que remueven el puré cincuenta veces, o los que lanzan improvisaciones de percusión cuchara-mesa y se ríen cuando se les anima a acelerar el ritmo. O también podemos encontrar a los que oponen un rechazo categórico que pueden generar drama. Las comidas de los bebés cuando rondan los 18 meses, en ocasiones pueden transformarse en una pesadilla si tenemos algo de prisa, estemos cansados o preocupados por cualquier razón. Pero recuerda que comer es una forma de descubrir el mundo así que sé paciente.

Si tienes varios niños pequeños, ya sabes que no tienes más remedio que convertirte en "la mala de la película" y repites frases como "No comas con las manos"; "ponte derecho, por favor"; "ocúpate de tu plato y deja el de tu hermana"; "se dice por favor y no yo quiero"; "para de dar patadas a la silla".

La cena es un momento que concentra muchos desafíos: el reencuentro con los padres cuando estos trabajan, los diversos gustos en torno a los alimentos... Los niños tienen una habilidad inaudita para jugar con nuestra sensibilidad, rechazan un plato para reprocharnos que no hayamos estado con ellos, o se niegan a comer precisamente aquello que nos interesa que coman... Si te sirve de consuelo: la comida ideal y alegre muchas veces no es más que una imagen publicitaria.

Las cenas de diario: ¡bebés y padres con ritmos distintos!

No siempre es fácil hacer de las cenas con los hijos un momento de paz y placer. Cuando volvemos a casa por la tarde, tras una jornada agotadora tratamos preparar la cena y acostar a los niños cuanto antes. Pero no siempre todo transcurre con calma.

En la cena, bebés y padres están en sintonías completamente distintas. Jean Piaget, especialista en el desarrollo de la inteligencia infantil, nos enseña que entre los 8 y los 12 meses el bebé empieza a actuar con deleite sobre su entorno. La mesa se convierte en un campo de investigación inmenso y nuevo para tu bebé. Mientras tú cabeceas en la silla él vive experiencias increíbles y estimulantes, su dinamismo acaba de agotarte, pero ¡te sientes orgullosa estás de sus progresos!

De los 12 a los 18 meses, la cosa degenera. Piaget, afirma que pasa al descubrimiento de nuevos medios mediante la experimentación activa. El comportamiento del niño es totalmente imprevisible; "actúa y manipula las situaciones", en otras palabras: entregado a su inventiva, crea desorden, y su capacidad de destrozar con una taza, una cuchara y unos alimentos, es fenomenal, e inversamente proporcional a tu cansancio...

Así que respira profundo, olvida las preocupaciones de la oficina, renuncia a tener una cocina y un niño immaculados y pasa un buen rato con tu pequeño. Al final de cuentas, lo más importante es lo que pasa entre ustedes dos, no lo que pasa con su plato.

[Leer más](#) ^[6]

URL de origen: <https://www.momandme.nestle.com/comer>

Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/comer>

[2]

<https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/comer&media=https://www.momandme.nestle.com/comer!>

[3] <https://twitter.com/share?text=%C2%A1A%20comer%21&url=https%3A//www.momandme.nestle.com/comer>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/comer>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/7296>

[6] <https://www.momandme.nestle.com/javascript%3A%3B>